



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

CONTRIBUTO CIENTÍFICO OPP

Garantia Europeia para a Infância

Contributo Científico OPP - Garantia Europeia para a Infância, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Junho de 2021, e na qual ele se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

Sugestão de citação: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). Contributo Científico OPP – Garantia Europeia para a Infância. Lisboa.

Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400 250
Tlm: +351 962 703 815 www.ordemdospsicologos.pt

CONTRIBUTO CIENTÍFICO OPP

Garantia Europeia para a Infância

O presente documento surge na sequência da solicitação de contributos, à Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), por parte do Conselho Nacional das Ordens Profissionais (CNOP), a propósito da criação de uma Garantia Europeia para a Infância, proposta pela Comissão da União Europeia, com vista a garantir que “todas as crianças na Europa em risco de pobreza ou de exclusão social tenham acessos aos direitos mais básicos, como os cuidados de saúde e a educação”.

A OPP é uma associação pública profissional que representa e regulamenta a prática dos profissionais de Psicologia que exercem a profissão de psicólogo em Portugal (de acordo com a Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com as alterações da Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro). É missão da OPP exercer o controlo do exercício e acesso à profissão de psicólogo, bem como elaborar as respectivas normas técnicas e deontológicas e exercer o poder disciplinar sobre os seus membros. As atribuições da OPP incluem ainda defender os interesses gerais da profissão e dos utentes dos serviços de Psicologia; prestar serviços aos membros em relação à informação e formação profissional; colaborar com as demais entidades da administração pública na prossecução de fins de interesse público relacionados com a profissão; participar na elaboração da legislação que diga respeito à profissão e nos processos oficiais de acreditação e na avaliação dos cursos que dão acesso à profissão.

Neste sentido, a OPP julga pertinente realizar alguns comentários e oferecer um contributo para a reflexão e o debate em torno dos desafios que se colocam à defesa dos direitos e da igualdade de oportunidades dadas às crianças, sobretudo àquelas que estão em situação de vulnerabilidade, sublinhando o papel da Saúde Psicológica, da Psicologia e dos Psicólogos/as neste âmbito.

A **importância dos primeiros anos da vida** de uma criança para a formação da sua personalidade e para o seu desenvolvimento é indiscutível. Os desafios colocados por factores de risco durante estes anos podem resultar em vulnerabilidades que comprometem o desenvolvimento saudável e a idade adulta. Neste sentido, **louvamos esta iniciativa e subscrevemos todos os seus princípios de igualdade de oportunidades, equidade e inclusão**, bem como as principais recomendações mencionadas no documento.

Gostaríamos de reforçar, por um lado, os **determinantes socioeconómicos do desenvolvimento das crianças**, nomeadamente no que se refere à sua **Saúde Psicológica e Bem-Estar**, bem como **importância de promover a Saúde Psicológica enquanto estratégia de prevenção e combate da exclusão social e das desigualdades**.

Os Determinantes Socioeconómicos do Desenvolvimento, Saúde Psicológica e Bem-Estar das Crianças

Sabemos que a **Saúde e o Bem-Estar das crianças são grandemente influenciados pelas condições sociais e económicas** nas quais vivem. A investigação demonstra claramente que a Saúde depende, cada vez mais, de um conjunto de determinantes socioeconómicos – que se interrelacionam, sustentam e são sustentados por **desigualdades sociais e económicas**, limitando as escolhas e as oportunidades das crianças ao longo do seu desenvolvimento. Entre estes determinantes socioeconómicos incluem-se as políticas de **educação, habitação, saúde e segurança social**; o **género ou o estatuto social**; os **hábitos e estilos de vida**; a **pobreza e a exclusão social**.

De acordo com dados da OCDE, **Portugal, é dos países desenvolvidos onde é mais difícil sair da situação de pobreza** – pode demorar até cinco gerações para que as crianças pertencentes a uma família que esteja na base da distribuição de rendimentos consigam um salário médio.

Sabemos, através da literatura científica, que **as crianças que crescem em ambiente de pobreza têm mais probabilidade de apresentar problemas de comportamento e de Saúde Psicológica**, bem como uma diminuição do seu potencial intelectual e menor desempenho cognitivo (linguagem, atenção, planeamento e tomada de decisão). E que tal também se relaciona com a falta de **disponibilidade para a parentalidade** que a pobreza e a escassez impõe. Quando as famílias têm condições de rendimento mínimas, a pressão sob os pais é menor, libertando-lhe espaço mental e temporal para cuidarem dos filhos e para planearem, o que depois se espelha no seu comportamento. Eldar Shafir (2013), um Psicólogo americano, explica este fenómeno através de uma teoria ou “**mentalidade de escassez**”, de acordo com a qual nos comportamos de forma diferente quando percebemos que algo (dinheiro, amigos, comida, tempo, etc.) é escasso. Apesar de alguns benefícios a curto-prazo, este tipo de mentalidade diminui a possibilidade de pensar a longo prazo, de considerar diferentes perspectivas ou de valorizar o que é mais importante para nós.

A **pobreza pode actuar como causa ou consequência de problemas de Saúde Psicológica** (por exemplo, pode constituir um factor de stresse que contribui para desencadear uma depressão ou pode resultar da diminuição do estatuto socioeconómico em função de uma perturbação depressiva). Simultaneamente, acontece um aumento da exclusão social dos cidadãos em situação de pobreza, de processos de marginalização, de rupturas ao nível dos vínculos sociais. Desta forma, às dimensões económicas da pobreza são agregadas as relacionais.

A **prevalência das perturbações mentais entre as crianças e adolescentes até aos 18 anos de idade tem aumentado** nos últimos anos, sendo que pelo menos **uma em cada cinco crianças** apresenta evidências de problemas de Saúde Psicológica. É de notar que para além de uma prevalência elevada, os problemas de Saúde Psicológica na infância e adolescência apresentam ainda **níveis elevados de persistência** e constituem um dos principais **preditores dos problemas de saúde mental na idade adulta**.

A **crise provocada pela Pandemia COVID-19 veio acentuar as desigualdades preexistentes e aumentar os factores de risco para o desenvolvimento saudável e o bem-estar das crianças**.

Os dados das investigações revelam um aumento dos níveis de ansiedade e depressão e uma diminuição dos níveis de segurança e sentimentos positivos (Salvaterra & Chora, 2011; Francisco et al., 2020).

Ampla evidência demonstra que os problemas de Saúde Psicológica nas crianças e nos jovens estão associados com taxas mais elevadas de incapacidade duradoura, insucesso escolar, instabilidade no emprego ou défice no funcionamento social e familiar, que muitas vezes conduzem a uma espiral de desvantagens que se tornam difíceis de reverter e que representam custos económicos e sociais elevados.

Deste modo, é urgente que as crianças sejam **alvos prioritários de intervenção**, nomeadamente através da **prevenção e combate da pobreza e da exclusão social** e da **promoção da Saúde Psicológica**, enquanto factores determinantes para o desenvolvimento sustentável das comunidades e das suas crianças.

Prevenir a Exclusão Social e as Desigualdades, Promovendo a Saúde Psicológica

Investir no combate aos factores de desigualdade e de exclusão social logo nos primeiros anos de vida das crianças é uma abordagem custo-efectiva, que contribui para o seu desenvolvimento e inclusão, dando-lhes a possibilidade de se tornarem adultos capazes de integrar o mercado de trabalho e a vida social, com mais oportunidades de ter melhores resultados a nível da saúde psicológica e a nível socioeconómico. Ao combater as desigualdades estamos também a contribuir para um futuro mais sustentável e inclusivo, para sociedades mais justas, resilientes e integradoras.

Proteger as crianças através da prevenção e promoção da Saúde Psicológica significa criar ambientes de qualidade, que promovam e sustentem a saúde e o bem-estar para todas as crianças e todas as famílias, assim como actividades e intervenções desenhadas para **aumentar os factores de protecção** (por exemplo, a qualidade da educação ou o apoio à família) e **minimizar os factores de risco para os problemas de Saúde Psicológica** (sejam eles de natureza individual, familiar, ambiental ou económica – por exemplo, a violência na infância, o *bullying*, a discriminação ou a exclusão social).

As **estratégias de promoção da saúde e do bem-estar psicológico** não têm como **vantagens** apenas a prevenção de problemas mentais, mas também um amplo conjunto de benefícios para a saúde social e física (por exemplo, diminuição das taxas de suicídio, redução dos problemas de comportamento, diminuição da gravidez precoce ou diminuição do número de casos de abuso infantil).

Proteger as crianças e as famílias significa **reforçar as capacidades e competências individuais** (por exemplo, desenvolver competências socioemocionais e resiliência), **as capacidades e competências das comunidades** (por exemplo, apoiar a Saúde Psicológica nas escolas e nos serviços de saúde) e **reduzir as barreiras sociais à Saúde Psicológica** (por exemplo, através de políticas de apoio a grupos em situação de vulnerabilidade).

Neste sentido, defendemos que se deve **apostar** num conjunto de **estratégias de prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica**, nomeadamente, em **contexto familiar, laboral e educativo**.

Em Contexto Familiar

Uma vez que a promoção do desenvolvimento social e emocional nas crianças e jovens serve de fundação para uma idade adulta saudável, é necessário investir na **promoção da Saúde Psicológica e no bem-estar desde e até antes do nascimento**, enfatizando o **apoio às famílias e a parentalidade positiva**, para que se possam cimentar laços de vinculação segura entre as crianças e as suas famílias.

Neste sentido, é necessário apoiar e ajudar os pais, especialmente quando exercem a parentalidade em circunstâncias difíceis, vulneráveis e instáveis. As **intervenções pré- e pós-natais** são das mais eficazes na prevenção dos problemas de Saúde Psicológica de uma criança.

Os **programas que apoiam e encorajam o desenvolvimento de competências parentais** são cruciais, quebrando ciclos transgeracionais de parentalidade desadequada. Dentro da população de pais, aqueles que se encontram em momentos de transição, como o período pré-natal ou o nascimento de mais filhos, e os pais de adolescentes, são grupos aos quais se deve prestar particular atenção. O mesmo deve acontecer no caso de pais adolescentes ou pais com problemas de Saúde Mental.

Estas intervenções podem incluir estratégias para melhorar o **bem-estar das mães e do bebé durante a gravidez**, promover a **vinculação e interações pais-criança** saudáveis, desenvolver as **capacidades de resolução de problemas dos pais** e ajudá-los a construir o seu papel de pais de forma positiva.

Recomendação: Investir na **prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica junto das famílias**, nomeadamente através da implementação de programas de **promoção das competências parentais** e de modelos de parentalidade positiva.

Em Contexto Laboral

As realidades laborais actuais são responsáveis por aumentar os desafios inerentes ao **equilíbrio entre a vida profissional e familiar**. Desta situação decorrem um conjunto de **consequências negativas para a Saúde Psicológica e o bem-estar** dos trabalhadores, nomeadamente níveis mais elevados de stresse e exaustão emocional, níveis mais elevados de ansiedade e depressão, níveis mais elevados de consumo de substâncias e menor satisfação com a vida. Estas consequências têm um **impacto profundo nas famílias** e afectam também os próprios empregadores, nomeadamente através da diminuição da produtividade, do aumento do stresse ocupacional nas organizações e do absentismo.

Para fazer face a esta realidade é necessário **desenvolver e implementar políticas e práticas “amigas da família” em contexto laboral**, ou seja, condições laborais flexíveis que permitam aos trabalhadores uma gestão mais equilibrada das suas responsabilidades pessoais, familiares e profissionais. Por exemplo, horários de trabalho flexíveis. As políticas e práticas “amigas da família” produzem **benefícios quer para os trabalhadores quer para os empregadores**.

Recomendação: Investir na **prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica em contexto laboral**, nomeadamente através da avaliação e prevenção dos Riscos Psicossociais e da implementação de **políticas e práticas “amigas da família”**, que permitam aos trabalhadores gerir de forma mais equilibrada a sua vida familiar e profissional (por exemplo, horários de trabalho flexíveis e licenças de parentalidade pagas e prolongadas).

Em Contexto Educativo

As creches, jardins de infância e as **escolas** constituem um **contexto ideal** para a promoção da Saúde Psicológica de crianças e adolescentes, dado que proporcionam uma oportunidade para atingir grupos alargados de crianças durante os anos formativos do seu desenvolvimento cognitivo, emocional e comportamental. As **evidências científicas** disponíveis apontam para a **custo-efetividade** da prevenção e promoção da Saúde Psicológica nestes contextos.

A **promoção da Saúde Psicológica** deve operar de modo consistente **ao longo do currículo**, do **ambiente escolar** e dos **serviços escolares**, sendo **integrada** nas políticas, programas e estruturas **dentro da escola**. Desta forma, a **agenda educativa** e a **escola bem-sucedida** também é aquela que inclui a promoção das **competências sociais e emocionais das crianças e jovens**, da sua **Saúde Psicológica** enquanto **fundamentos da personalidade e desenvolvimento saudáveis, e do envolvimento cívico**.

A **escola inclusiva** é não só aquela que é universalmente gratuita e acessível a todos os alunos, sem exceção, mas também aquela que **promove a igualdade e equidade na aprendizagem, nas condições de Bem-Estar e Saúde Psicológica**, promovendo a diversidade, a participação cívica e a não discriminação.

Recomendação: Investir na **prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica em contexto educativo**, nomeadamente através de programas de **desenvolvimento de competências transversais de vida** e redução dos problemas emocionais e de comportamento, assim como do **aumento do número e continuidade do trabalho dos Psicólogos e Psicólogas** presentes nos **agrupamentos escolares, bem como da presença de Psicólogos e Psicólogas nos contextos de creche e jardim de infância, promovendo assim a Intervenção Precoce, o desenvolvimento infantil e a construção de ambientes educativos de qualidade**.

Para além destas, a OPP tem defendido a implementação de outras medidas no âmbito da infância, nomeadamente:

- Disponibilizar o **acesso equitativo e serviços de saúde de qualidade**, específicos para crianças e ao longo de todo o ciclo desenvolvimental, nomeadamente no que diz respeito aos cuidados de Saúde Psicológica, através do alargamento dos recursos técnicos disponibilizados por Psicólogos e Psicólogas nos territórios locais e regionais.
- Realizar **acções de formação e desenvolvimento de competências** junto dos Profissionais e Agentes nos sectores da Educação, Saúde, Justiça e Social que trabalham directamente com crianças e famílias.
- **Incluir Psicólogos e Psicólogas** no desenvolvimento e implementação de programas integrados de **promoção da empregabilidade, do acesso à habitação e do combate à exclusão social em contextos comunitários**.
- Garantir o acesso a **avaliações psicológicas periódicas dos 0 aos 6 anos** no sentido da promoção da saúde psicológica, do apoio a uma parentalidade informada e formada e do fortalecimento das competências dos cuidadores e educadores.

Investir na promoção da Saúde Psicológica e no Bem-Estar de crianças e famílias é um investimento no presente e no futuro, uma vez que os benefícios de prevenir e promover a Saúde Mental nos primeiros anos de vida sentir-se-ão ao longo de várias gerações e terão impacto em diferentes sectores, nomeadamente económico, da saúde, social, justiça e educação. Neste sentido, **é fulcral reforçar o papel dos Psicólogos em acções concertadas de protecção e promoção do desenvolvimento das crianças**.

Por último, a OPP sublinha a sua disponibilidade para funcionar como um parceiro activo na construção de políticas públicas, e em particular na reflexão e construção desta estratégia, contribuindo com comunicação e partilha de informação e conhecimento, no sentido de desenvolver uma sociedade inclusiva e reduzir as desigualdades e a exclusão social, nomeadamente no que diz respeito às crianças em situação de vulnerabilidade.

Referências Bibliográficas Consultadas

Beecham, J., Bonin, E., Byford, S., McDaid, D., Mullaly, G., Parsonage, M. (2011). School Based Social Emotional Learning Programmes to Prevent Conduct Problems in Childhood. In M. Knaap, McDaid, D., Parsonage, M. (eds), *Mental Health Promotion and Mental Illness Prevention: The Economic Case*, Personal Social Services Research Unit, London School of Economics and Political Science.

European Commission (2021). *Proposal for a Council – Recommendation establishing the European Child Guarantee*. Luxemburgo, UE: European Commission.

Guio, A-C., Frazer, H. & Marlier, E. (2021). *Study on the economic implementing framework of a possible EU Child Guarantee Scheme including its financial foundation – Final Report*. Bruxelas, UE: European Commission.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). *Crise Económica, Pobreza e Desigualdades – Relatório sobre Impacto Socioeconómico e Saúde Mental em Portugal*. Lisboa.

Shafir, E. & Mullanaithan, S. (2013). *Scarcity: Why having so little means so much*. EUA: Penguin Press.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

www.ordemdospsicologos.pt
www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio
www.eusinto.me